

FSH III.9 Kurplan Woche 5+6

Gratuliere, daß Du den Plan bis hierher so gut einhalten konntest! Wundervoll!! :o))

Weiter geht es mit Intensität ROT, wo wir noch eine Stufe tiefer gehen.

Möchtest Du anschließend noch nicht zur Abschlußwoche vordringen, sondern noch etwas verlängern, habe ich noch die Intensitätsstufe DUNKELROT entwickelt.

Hast Du ein chronisches Leiden oder eine sehr schwerwiegende gesundheitliche Einschränkung, hast Du vielleicht Lust, nach einiger Zeit - oder sogar sofort, die Kur zu wiederholen.

Je länger ein Unwohlsein besteht, desto länger muß man einplanen, um es zu beheben.

- **Morgens nüchtern**

- 1 EL **Flohsamenschalen** einnehmen, entweder
in ein Glas Wasser einstreuen, umrühren, sofort zügig trinken
(Achtung: verdickt sehr schnell, rasch trinken!)

ODER

Flohsamenschalen in Kapseln füllen (Größe 00) und 10-15 Kapseln mit einem Glas Wasser trinken. So kriegt man sie leichter runter :o)

Nach der Einnahme 30 Min. warten um wieder etwas zu sich zu nehmen.

DAZU (gleich anschließend)

3-4 Kapseln **Apfelpektin**.

ALTERNATIVE:

Möchtest Du kein Pektin nehmen, verwende bitte

- Zeolith oder
- eine Heilerde Deiner Wahl.

Nach der Einnahme von Flohsamenschalen + Pektin 30 Min. nichts essen.

-> Für guten Abtransport von Schlacken und zur Darmgesundheit.

<i>BITTE siehe Kapitel -> Anleitung Flohsamenschalen + Pektin</i>

- Einnahme **Biofilm-frei Öl**, das kann sein
2 EL Petroleum G 179

ALTERNATIVE:

2 EL Schwarzkümmelöl + 1 TL Rizinusöl

-> *Weicht Biofilm an und macht, daß Wirkstoffe tief eindringen und den Film ablösen.*

BITTE siehe Kapitel -> Biofilmentfernung

- **Tagsüber**

- Campher-Terpentin Zuckerlöffel

Achtung wichtig: NICHT pur einnehmen!!! IMMER auf 1 TL Zucker tropfen.

2x tägl.

15 Tr auf einen Löffel weißen Zucker PLUS

1 Tr Camphora D1 (homöopathisch)

Der weiße Zucker ist hier notwendig und dient als Köder für den Pilz, der durch eine ansonsten zuckerfreie Ernährung ausgehungert ist und sich nun auf diesen stürzt. Somit gelangt das Terpentin, wohin es soll und killt den Pilz.

Weißer Zucker NICHT durch Honig, Süßstoff oder ähnliches ersetzen.

Nur der weiße Zucker hat die gewünschte Wirkung - wir habens probiert ;o)

Möchtest Du kein Terpentin innerlich anwenden, hier die
ALTERNATIVE:

3x 1TL Kolloidales Silber 50 ppm

(Plastiklöffel verwenden)

diese Einnahme erfolgt immer 30 Min. VOR dem Essen.

Wir empfehlen, Terpentin nicht durchgehend einzunehmen, sondern kurartig, ca. 2-4 Wochen, dann 14 Tage Pause. Daher ist diese Anwendung im Kurplan der Stufe ORANGE nicht enthalten.

-> *Entfernt Pilze aus dem Körper, vor allem Schimmelpilze und Candida.*

BITTE siehe Kapitel -> Anleitung Terpentin und Campher-Terpentin Zucker

- Bitterkapseln + Oregano

Bitte Verträglichkeit genau beobachten!

3-5x 12 Tr Bittere Tinktur + 3-5x 5 Tr ätherisches Oreganoöl

Nimm eine Bittertinktur Deiner Wahl, meine Favoriten sind:
Löwenzahnwurzel Tinktur ODER
Wermut Tinktur.

Tropfe sie in magensaftresistente Kapseln und anschließend das Oreganoöl drauf.
Kapsel gut verschließen und mit Wasser zum Essen einnehmen.

*-> Reinigt den Darm und das Blut, wirkt natürlich antibiotisch und antimykotisch.
Zuverlässige Mittel der Volksmedizin.*

BITTE siehe Kapitel -> Anleitung Bitteres + Bittertag

Zum Mittag und zum Abendessen:

6 und 8 "Viechfrei-Kapseln", ich verwende 00 Kapseln (zu gleichen Teilen gemischt)

Haritaki Pulver

Nelkenpulver

Wermutkraut pulverisiert

ODER

fertige Kapseln

Haritaki Kapseln

Nelken Kapseln

Wermut Kapseln

je 2-3 pro Gabe nehmen.

Die fertigen Kapseln sind deutlich teurer, man erspart sich also das selbst Einkapseln,
wenn man das nicht machen mag.

SPARTIPP: Kräuter und Gewürze kaufen und selbst in Kapseln packen.

*-> transportiert wunderbar ab, reinigt zuverlässig den Darm und somit gibt es weniger
Angriffsfläche für Parasitenbesiedelung.*

BITTE siehe Kapitel -> Anleitung Papayakerne + Viechfrei Kapseln

- **Huminsäure**

ist ebenso wie Chlorophyll ein effektiver Schadstoffentferner.
Allerdings nicht der Billigste!

Du kannst hier **fertiges Trinkmoor** kaufen, davon nimmst Du
2x 15ml

ODER

Du nimmst **Huminsäure in fertigen Kapseln** (Activomin aus der Apotheke)
2x 3-5 Kapseln am Tag.

Es gibt auch Tierpräparate, die wesentlich günstiger sind. Ich habe eines im Kilopack gekauft, leider fand ich dann heraus, daß da Aluminium beigefügt ist, das ist für die Einnahme nicht empfehle.
Also bitte drauf achten, daß es sich um ein reines Huminsäure Produkt handelt.

SPARTIPP: bist Du knapp bei Kasse, kannst Du die Huminsäure weglassen und statt dessen noch eine Ration mehr von den Chlorophyll Tropfen einnehmen.

-> Huminsäure ist ein sehr zuverlässiges Bindemittel, das vor allem Schwermetalle und vergiftende Stoffe auszuleiten vermag.

BITTE siehe Kapitel -> Huminsäure

- **DMSA**

ist ein orales Chelat, das Schwermetalle aus dem System löst.

Hier ist es wichtig, daß Du **die Anleitung sehr genau liest**, da dies eine hochwirksame Prozedur ist, bei der man nicht überdosieren sollte.
Zudem ist DMSA nicht gerade billig, der richtige Einsatz sollte also auf jeden Fall eingehalten werden.

DMSA nimmt man 1x pro Woche oder wenn Du möchtest, 2x, allerhöchstens 3x.
Pausentage sind hier ESSENTIELL.

Eine durchgehende Einnahme ist Geldverschwendung. Das Chelat funktioniert so, daß es Schadstoffe aus dem Blut bindet und danach durch Osmose wieder solche aus dem Gewebe nachgetankt werden.

Die Ruhepausen sind also ganz entscheidend für die Wirksamkeit.

-> DMSA ist ein orales Chelat, das sehr effektiv Metalle wie Blei und Quecksilber aus dem Blut bindet und unschädlich macht. Das Einnahme Schema sollte genau eingehalten werden.

BITTE siehe Kapitel -> Chelat-Ausleitung DMSA

- **Mittags und Abends**

- nach dem Essen **Mikronährstoffe (Vitamine und Mineralstoffe)** nehmen wir empfehlen:

- 1 Pille **Immun Komplex** von Dr. Böhm

ODER

- Varuna Vital, **Camufit 10**,

4 - 8 Kapseln (erst mal mit weniger anfangen und Verträglichkeit austesten)

ODER

- **Orthomol Immun** (Pulver oder Kapseln)

-> zum Auffüllen der Mineral und Vitamin Depots

<i>BITTE siehe Kapitel -> Anleitung Mikronährstoffe</i>

- **Wilde Karde**

Dies ist ein super bitteres aber potentes Mittel, das Borrelien besiegen kann und auch im Einsatz gegen Viren erfolgreich genutzt wird.

Dipsacus fullonum = Dipsacus sylvestris

(der alte botanische Name, es ist dieselbe Pflanze)

ist ein distelartiges Unkraut, das starke Heilkräfte besitzt. Bei der Wahl der Tinktur unbedingt darauf achten, daß es sich um eine **Urtinktur** handelt, nicht nur um einen 10%igen Auszug, der mit Wasser oder Glycerin stark verdünnt ist.

Bitte siehe dazu die Produktliste im Ordner "Bonus", dort findest Du von uns getestete Marken.

Manche empfehlen die Einnahme von ein paar Tropfen 3x täglich, andere Empfehlungen nennen 1 EL pro Gabe. Im Remote Viewing sahen ein paar Tropfen belebend aus, 3 EL eventuell wie ein großer Durchfallgenerator :o) Selbst habe ich alle Dosierungen durchgetestet und durchs langsame Steigern waren mir dann sogar die 3 EL angenehm.

Bitte beobachte genau, was Dir gut tut und beginne mit ein paar Tropfen, beobachte genau Deine Reaktion und steigere langsam, immer die Wirksamkeit bei Dir im Blick.

Traditionell ist das Entfernen von Virengiften das letzte Puzzlesteinchen in einer gründlichen Kur.

-> *Wilde Karde ist ein Mittel, das geeignet ist, Auswirkungen von Viren zu dezimieren.*

***BITTE siehe Kapitel ->
Intensitätsstufe DUNKELROT und Anwendung Wilde Karde***

- **Abends nach dem Essen**

- **Tausendgüldenkraut Tee:**

pro Tasse (250 ml) 1 TL Tausendgüldenkraut mit kochendem Wasser frisch aufgießen

-> Zum Unterstützen der Ausleitfunktionen im Körper durch Bitterkeit, zum Umstellen der Geschmacksnerven, vermindert Heißhunger und Verlangen nach Süßem.

BITTE siehe Kapitel -> Anleitung Bitteres

- **Einläufe:**

- **Po-Shot Wermut Anwendung**, am Ende der 14 Tage eine Runde CTE

Po-Shot mit Wermut Auszug:

5 EL Bio Wermutkraut

in ein Schraubglas füllen

200 ml DMSO drübergießen.

Verschrauben und 2 Tage im Schrank dunkel stehen lassen, danach mit Metallsieb abgießen.

Gelagert wird der Wermut Auszug am besten im Küchenschrank bei Zimmertemperatur.

So funktioniert der Shot:

250 ml Wasser in Einlaufkübel

1 EL Wermut Auszug dazu.

Als Einlauf machen, dabei so lange drin behalten wies angenehm ist (von paar Sekunden bis zu 30 Min.).

-> Weicht verkrusteten Dreck im Dickdarm auf und hilft, ihn abzutransportieren.

BITTE siehe Kapitel -> Anleitung Po-Shots

Rest vom Tag:

- Diät: **kein Zucker, kein Mehl, keine Milchprodukte**
-> **Low-Carb oder ketogene Ernährung**

- täglich **Low-Carb Brot essen**, das bindet und bringt die Verdauung in Schwung

- täglich entweder **Wasserkefir** trinken - wenn Dir das schmeckt ;o)
oder rohes **Sauerkraut** (kleinschneiden, Salz und Kernöl drauf)
oder **Gurkensalat** (am besten mit Zwiebeln) essen

- viel **Wasser** trinken oder
ganz stark verdünnten Zitrusafts mit Wasser oder Sprudel
(z.B. Bio Orangensaft 1:10 min. verdünnt)

Woche 5

Wochentag							
Flohsamenschalen (1 EL oder 10-15 Kaps) + Pektin (3-4 Kaps)							
Biofilm-frei Öl (Petroleum od. Schwarzkümmel+Rizinusöl)							
Terpentin 15 Tr+ 1 Tr Camphora auf 1 TL Zucker							
Bitterkapseln + Oregano 3x zum Essen							
Haritaki+Nelke+Wermut Kapseln 2x zum Essen							
Huminsäure (oder Chlorophyll oder Grapefruitk-Extr.)							
DMSA (1-2x wöchentlich 1000 mg)							
Mikronährstoffe							
Tausendgüldenkraut Tee 1 TL auf 250 ml							
Po-Shot (250 ml Wasser+1EL Wermut Auszug)							
Sport 30 Min. (radeln, spazieren, stretching, Yoga..)							
Low-Carb/Keto Ernährung							
Low-Carb Brot							
Sauerkraut, Gurkensalat, Wasserkefir, Brottrunk							

Woche 6

Wochentag							
Flohsamenschalen (1 EL oder 10-15 Kaps) + Pektin (3-4 Kaps)							
Biofilm-frei Öl (Petroleum od. Schwarzkümmel+Yizinusöl)							
Terpentin 15 Tr+ 1 Tr Camphora auf 1 TL Zucker							
Bitterkapseln + Oregano 3x zum Essen							
Haritaki+Nelke+Wermut Kapseln 2x zum Essen							
Huminsäure (oder Chlorophyll oder Grapefruitk-Extr.)							
DMSA (1-2x wöchentlich 1000 mg)							
Mikronährstoffe							
Tausendgüldenkraut Tee 1 TL auf 250 ml							
Po-Shot (250 ml Wasser+1EL Wermut Auszug)							
CTE Tag nur 13,14							
Sport 30 Min. (radeln, spazieren, stretching, Yoga..)							
Low-Carb/Keto Ernährung							
Low-Carb Brot							
Sauerkraut, Gurkensalat, Wasserkefir, Brottrunk							

Für Intensitätsstufe ROT folgt nun die Abschlußwoche.

Für Intensitätsstufe DUNKELROT gehts dann mit Woche 7+8 weiter.